

حافظه غمگین‌ها قوی‌تر از شادها است

افراد غمگین نسبت به افراد شاد در شناسایی صورتهای از توانایی بیشتری برخوردارند، یافته‌ای که می‌تواند دیدگاهی جدید درباره تأثیر حالات روحی بر عملکرد مغز ارائه کند.



جام جم آنلاین: افراد غمگین نسبت به افراد شاد در شناسایی صورتهای از توانایی بیشتری برخوردارند، یافته‌ای که می‌تواند دیدگاهی جدید درباره تأثیر حالات روحی بر عملکرد مغز ارائه کند.

به گزارش مهر، این یافته بر اساس آزمایشهایی که بر روی تعدادی دانشجو انجام گرفته به دست آمده است و می‌تواند در ایجاد شیوه‌های درمانی بهتر برای افسردگی نقش داشته باشد. مطالعات پیشین نشان داده بود که اندوهگین بودن طیف بزرگی از فعالیتهای مغزی از قبیل تفکر انتزاعی و به یاد آوردن لیستی از واژه‌ها را مختل می‌کند.

محققان دانشگاه "آنگلیا روسکین" برای بررسی بیشتر این پدیده که غم می‌تواند بر روی تفکر تأثیر داشته باشد، بر روی چند دانشجو آزمایشهای ارزیابی توانایی شناخت انجام دادند. محققان با پخش موسیقی‌های متناسب، داوطلبان را در حالت‌های خوشحالی، غم و حالت خنثی قرار دادند. همچنین از داوطلبان درخواست شد تا شادترین و غم‌انگیزترین لحظات زندگی خود را به یاد بیاورند و برای حالت خنثی داوطلبان باید سفر روزانه خود از خانه تا دانشگاه را مرور می‌کردند.

در یکی از آزمایشها به 88 نفر 32 چهره با حالت خنثی نشان داده شد و سپس توالی از 64 صورت به آنها نمایش داده شده و از آنها درخواست شد اولین چهره‌هایی که دیده‌اند را به خاطر بیاورند. نتایج نشان داد دانشجویانی که احساس اندوه داشتند از دقت تشخیص بالاتری نسبت به افراد شاد برخوردار بودند.

این آزمایش بر روی گروهی 60 نفری از دانشجویان دوباره تکرار شد با این تفاوت که از دانشجویان شاد و خنثی خواسته شد صورتهای شاد و خنثی و از افراد غمگین خواسته شد صورتهای غمگین را به یاد بیاورند. داوطلبان غمگین بار دیگر در به یاد آوردن اولین چهره‌ها برتر بودند اما داوطلبان شاد در به یاد آوردن صورتهای شاد دقت بیشتری از خود نشان دادند.

بر اساس گزارش لایو ساینس، این برتری افراد غمگین زمانی که از افراد شاد خواسته می‌شود تا درباره محیط اطراف خود تفکر کنند، از بین می‌رود. در واقع به نظر می‌آید افراد غمگین در شناسایی صورتهای از توانایی بالایی برخوردار باشند اما در دیگر فعالیتهای از قبیل شناسایی واژه‌ها و اجسام دقت پایین‌تری دارند و این نشان می‌دهد دقت افراد غمگین نسبت به جزئیات بیشتر از افراد شاد است.